

# Politi, beredskab og fængsler

## Indledning

Denne tjekliste er et redskab, som virksomheden kan bruge, når den skal udarbejde en arbejdspladsvurdering (APV).

Alle virksomheder med ansatte skal udarbejde en APV. APV'en er virksomhedens eget redskab til at kortlægge, prioritere og løse arbejdsmiljøproblemer.

Tjeklisten indeholder en række spørgsmål, som virksomheden skal svare ja eller nej til. De spørgsmål, som virksomheden svarer ja til, udgør et arbejdsmiljøproblem, der skal indgå i en handlingsplan, som virksomheden skal udarbejde.

## Sådan kan virksomheden bruge tjeklisten

- Svar på alle spørgsmålene i tjeklisten.
- Tag stilling til de spørgsmål, som virksomheden har svaret "ja" til, og skriv resultaterne ned i en handlingsplan.
- Overvej, hvad der er årsag til de fundne arbejdsmiljøproblemer.
- Nedskriv løsninger på arbejdsmiljøproblemerne.
- Tag stilling til, hvem der er ansvarlig for at løse arbejdsmiljøproblemerne, og hvornår virksomheden forventer, at de er løst.
- Tag skriftlig stilling til væsentlige arbejdsmiljøproblemer i virksomheden, selv om de ikke fremgår af tjeklisten.

Arbejdstilsynet har lavet tjeklister til de 36 branchegrupper samt yderligere ca. 50 brancheområder, fortrinsvis til virksomheder med færre end ti ansatte. Tjeklisterne tager udgangspunkt i de arbejdsmiljøforhold, der er typiske for branchen. Hvis en virksomhed har aktiviteter inden for forskellige brancheområder, er det en god idé at udfylde flere tjeklister.

## Yderligere information

På Arbejdstilsynets hjemmeside [www.at.dk](http://www.at.dk) og i de 36 arbejdsmiljøvejvisere kan man få information om, hvor Arbejdstilsynet ser de væsentligste arbejdsmiljøproblemer i de forskellige brancher. I vejviserne kan virksomhederne bl.a. finde information om de vigtigste regler og forslag til, hvordan de kan løse de typiske arbejdsmiljøproblemer i de forskellige brancher.

# PSYKISK ARBEJDSMILJØ

ja nej

## STOR ARBEJDSMÆNGDE OG TIDSPRES

Er der medarbejdere, som konstant har en stor arbejdsmængde, eller som udsættes for stort tidspres?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sker det ofte, at medarbejderne ikke når deres arbejdsopgaver?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Er det tit nødvendigt, at medarbejderne arbejder over?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Er det nødvendigt, at medarbejderne arbejder meget hurtigt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kræver arbejdet, at medarbejderne træffer svære selvstændige beslutninger?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bringer arbejdet medarbejderne i følelsesmæssigt belastende situationer?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kræver arbejdet, at medarbejderne skjuler deres følelser?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bliver der ofte stillet modstridende krav til medarbejderne?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Er målene for arbejdet uklare for medarbejderne?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## VOLD, TRUSLER OG TRAUMATISKE HÆNDELSER

Er der arbejdsopgaver, hvor der er særlig fare for, at medarbejderne udsættes for, eller bliver vidne til alvorlige ulykker?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mangler I en beredskabsplan for, hvordan I vil håndtere alvorlige ulykker eller dødsfald, så det er klart for ledelse og medarbejdere, hvordan sådanne oplevelser skal håndteres i virksomheden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Er medarbejderne udsatte for risiko for vold, trusler eller krænkelser fra borgere eller indsatte?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arbejder medarbejderne fysisk alene?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## RINGE INDFLYDELSE PÅ EGET ARBEJDE

Har medarbejderne ringe indflydelse på beslutninger om eget arbejde?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Har medarbejderne ringe indflydelse på, hvordan arbejdet udføres?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ja nej

Har medarbejderne ringe indflydelse på mængden af eget arbejde?

 

Har medarbejderne ringe mulighed for at bestemme, hvornår de holder pause?

 

### **MANGLENDE STØTTE FRA KOLLEGER OG LEDELSE**

Mangler medarbejderne hjælp og støtte fra kolleger?

 

Mangler medarbejderne hjælp og støtte fra ledelsen?

 

### **SKIFTEHOLDSARBEJDE, ARBEJDE UDEN FOR DAGTIMERNE OG LANGE VAGTER**

Er der medarbejdere, der overvejende arbejder uden for normal arbejdstid, fx i de tidlige morgentimer eller om natten?

 

Er der medarbejdere, der arbejder i skiftende vagter med mod-urs-turnus, det vil sige aftenvagter efter nattevagter og dagvagter efter aftenvagter?

 

Bliver arbejdstiden planlagt med kort varsel?

 

Er der ofte medarbejdere, der arbejder mere end 37 timer om ugen?

 

### **MOBNING/SEKSUEL CHIKANE**

Er der mobning/seksuel chikane på arbejdspladsen?

 

## **ERGONOMI**

### **TUNGE LØFT**

Løfter medarbejderne tunge emner eller byrder manuelt fx tilskadekomne personer?

 

Løfter eller holder medarbejderne tungt værktøj eller redskaber under arbejdet fx skjold eller våben?

 

Bærer medarbejderne tunge emner eller redskaber, mens de går?

 

Løfter medarbejderne mange emner over 3 kg i løbet af en arbejdsdag?

ja nej

Opstår der risikable situationer, når flere personer løfter byrder sammen?

 

Løfter medarbejderne byrder i dårlige arbejdsstillinger, fx langt fra kroppen, over skulderhøjde eller under knæhøjde?

 

## TUNGE SKUB OG TRÆK

Skal medarbejderne bruge mange kræfter til at trække eller skubbe hjælpemidler som fx våde slanger?

 

Er underlaget, dér hvor medarbejderne skal trække eller skubbe hjælpemidler, ujævnt, skråt, blødt, glat, eller er der trin?

 

Er der dårlige pladsforhold ved skub og træk?

 

Oplever medarbejderne, at de ting, de skubber eller trækker, er tunge?

 

## ARBEJDSSTILLINGER

Arbejder medarbejderne i ubekvemme arbejdsstillinger?

 

Arbejder medarbejderne med bøjet eller vredet ryg eller bøjet eller vredet nakke?

 

Arbejder medarbejderne med hænderne over skulderhøjde?

 

Arbejder medarbejderne med lange rækkeafstande?

 

Arbejder medarbejderne på hug, knælende eller knæliggende?

 

Arbejder medarbejderne i samme stilling i lang tid?

 

Er der snævre pladsforhold på arbejdspladsen, der begrænser bevægelsesfriheden?

 

# RISIKO FOR ULYKKER

## ULYKKER GENERELT

Er der medarbejdere, der ikke bruger de krævede personlige værnemidler, fx hjelme?

ja nej

Er der sket ulykker, uden at der er gjort noget for at forhindre, at de kan ske igen?

 

Er der medarbejdere, der ikke er instrueret og oplært i det arbejde, de udfører?

 

Er der sikkerhedsmateriel, der ikke jævnligt undersøges for fejl?

 

Er der medarbejdere, der ikke har tid nok til at udføre opgaverne på en sikkerhedsmæssig forsvarlig måde?

 

## FALD OG SNUBLEN

Er der rod i form af værktøj, materialer, affald m.v., der ligger dér, hvor man skal færdes?

 

Er der arbejdsområder og færdselsveje, der ikke er ryddede og ordentlige, eller hvor der ikke er nok lys?

 

Er der arbejdsforhold, der gør, at medarbejderne har risiko for at træde forkert, fx genstande på gulvet eller ujævnt underlag?

 

## MANUEL HÅNDBTERING

Er der situationer, hvor medarbejderne foretager uhensigtsmæssige vrid eller drejninger i kroppen?

 

Mangler der løfteredskaber ved løft over 11 kg eller ved uhensigtsmæssige løft, træk eller skub?

 

## ANDRE FARER FOR ULYKKER

Er der situationer, hvor fx et skadested ikke er afmærket ordentligt?

 

Er der situationer, hvor medarbejderne ikke følger brugsanvisningens sikkerhedsregler for kemikalier eller tekniske hjælpemidler?

 

Arbejder medarbejderne med kemikalier, der indebærer risiko for ætsningsskader på huden, fx ved sprøjt, spild, udsivning, overkogning eller fordampning?

 

# INDEKLIMA

## TEMPERATUR

Er temperaturen i arbejdsrummet højere end 25 °C eller lavere end 18 °C ved normal udetemperatur?

ja nej

Er der gener på grund af træk?

 

Er der kuldnedfald eller kuldestråling?

 

Stiger temperaturen i arbejdsrummet mere end 4 °C i løbet af dagen?

 

Er der mere end 4 °C forskel mellem gulv- og hovedhøjde?

 

## **LUFTKVALITET**

Ligger der tit støv på vandrette flader?

 

Forhindrer møbler og rod, at der kan gøres ordentligt rent?

 

Er der slidte gulvtæpper eller lodne vægflader, fx med stof eller mineraluld?

 

Er der generende lugt fra inventar, bygningen eller omgivelserne?

 

Er der større eller flere printere/kopimaskiner i arbejdsrum uden ventilation?

 

Er der gener fra tobaksrøg?

 

Bliver generende lugt hængende længe i rummet?

 

Er der så mange personer i rummet, at luften bliver dårlig (der lugter)?

 

## **FUGT OG SKIMMELSVAMP**

 

Sker det, at der siver vand ind gennem tag, vægge og/eller gulv?

 

Er der misfarvninger fra tidligere fugtskader på loft, vægge og/eller gulv?

 

Lugter der ofte muggent?

 

Er der synlig skimmelsvamp?

## LYS

ja nej

Er der blænding eller spejlinger i pc-skærme?

 

Er der pc-skærme, der står op mod et vindue?

 

Er der for lidt lys på arbejdspladserne?

 

Blænder lys fra lysarmaturer eller vinduer?

 

Er vinduesarealet mindre end ca. 10 pct. af gulvarealet?

 

Mangler der udsyn fra arbejdsrummet til omgivelserne udenfor?

 

## STØJ

Er der medarbejdere, der er udsatte for støj, der er så høj, at de må råbe for at kommunikere med en person, der står ½-1 m væk?

 

Kan virksomheden dæmpe eller indkapsle støjkilderne, eller kan de placeres i særskilte rum?

 

Mangler der støjskærme mellem støjkilder og arbejdsområder?

 

Forsømmer virksomheden at indkøbe de mest støjsvage maskiner på markedet?

 

Er der medarbejdere, der ikke bruger høreværn, selv om støjen er kraftig?

 

## AKUSTIK/GENERENDE STØJ

Mangler der lyddæmpning af lofter i støjbelastede rum?

 

Er der lokaler, hvor lyden "runger" (giver let ekko)?

 

Er der lokaler, hvor det er svært at opfatte tale, når der er flere, der taler?

 

Er der installationer, der støjer, så det generer medarbejderne, når de taler almindeligt?

 

Er der generende støj fra personer, maskiner eller installationer?

ja nej

---

Er der generende støj udefra?

 

---

## VIBRATIONER

Forsømmer virksomheden at købe de maskiner, der vibrerer mindst?

 

---

### HELKROPSVIBRATIONER

---

Bruger medarbejderne køretøjer, hvor de udsættes for kraftige vibrationer som førere?

 

---

## SYGEFRAVÆR

Er der forhold i arbejdsmiljøet, der kan medvirke til sygefravær?

 

---

Kan virksomheden ændre i arbejdsmiljøet, så sygefraværet mindskes?

 

---

## ANDET

Virksomheden bør desuden være opmærksom på følgende emner, der ikke er medtaget i tjeklisten, men som kan være vigtige at forholde sig til for at opnå et ordentligt arbejdsmiljø:

- Unge
- Gravide
- Biologi
- Hudbelastninger
- Hånd-arm vibrationer
- Kemi

